

ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΟ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ
14 - 18 Φεβρουαρίου 2022

Δευτέρα	Μουστοκούλουρο ολικής άλεσης Μπανάνα Γιαούρτι
Τρίτη	Αραβική πίτα ολικής άλεσης με κοτόπουλο, ημίσκληρο τυρί, καρότο και σος ελαιόλαδου Μήλο κόκκινο
Τετάρτη	Σπανακοτυρόπιτα ολικής άλεσης Πορτοκάλι
Πέμπτη	Ψωμί στρογγυλό ολικής άλεσης με ημίσκληρο τυρί και αγγούρι Μήλο πράσινο Γάλα
Παρασκευή	Σπανακόπιτα ολικής άλεσης Πορτοκάλι

Σημειώσεις:

- Συνιστάται τα παιδιά να εκτίθενται καθημερινά στον ήλιο για κάποια λεπτά π.χ. κατά τη διάρκεια του διαλείμματος, καθώς η έκθεση του δέρματος στον ήλιο βοηθά στην σύνθεση της βιταμίνης D από το σώμα.
- Σε περίπτωση που θα θέλατε να αναφέρετε κάτι στο Ινστιτούτο, παρακαλούμε να συμπληρώνετε τη φόρμα αναφορών και στο πλαίσιο του δυνατού αυτή να συνοδεύεται από σχετική φωτογραφία.

Υλοποιείται από το:

PROLEPSIS
INSTITUTE

Χρηματοδοτείται από:

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ
ΣΤΕΡΕΑΣ
ΕΛΛΑΔΑΣ